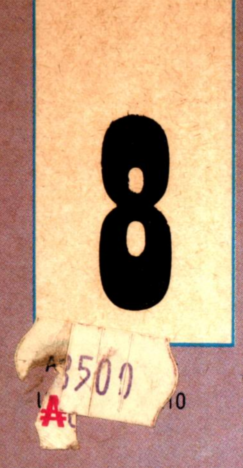


Enciclopedia de PLANTAS QUE CURAN








Enciclopedia de
PLANTAS QUE CURAN

FASCICULO 8 Año 1987

Director Responsable
Lic. Danilo M. Conseil
Director Editorial
Inés C. González López

Diagramación
Tito Fiori

Armado
Marcelo Villegas-Dario Shinji

Dibujos
Jorge Mercado

Fotografía
Eduardo Lettieri

Es una publicación de


Córdoba 1364 5 D
Capital Federal

Distribuidora en Capital Federal
Juan Vidal e Hijos
Carlos Pellegrini 739 1º 4

Distribuidor en Interior
SADYE S.A.
Av. Belgrano 355 9º y 10º Piso
T.E. 30-5847-1536-1537
Capital Federal

Distribución en el Uruguay
Hebert Berriel - Nery Martínez
Hebert Berriel Bello
Paraná 750
Tel. 90-5155 91-5614
Montevideo

Distribuidor Interior Uruguay
Distribuidora América
Paraná 750 - Tel. 91-5614
Montevideo

Impreso en Talleres Gráficos
RECALI S.A.
Perdriel 1534 - Capital

SUMARIO

Esta publicación solamente aspira a informarlo de las propiedades curativas de algunas plantas conocidas en nuestro país. No es un manual para automedicarse ni pretende reemplazar la labor de un facultativo. Consulte a su médico, solamente él puede ser quien decida y supervise un tratamiento prolongado.

Enciclopedia de PLANTAS QUE CURAN es una obra compuesta de 30 fascículos de aparición semanal que se encuadernarán en dos volúmenes de 15 fascículos cada uno.

Partes de la planta utilizadas



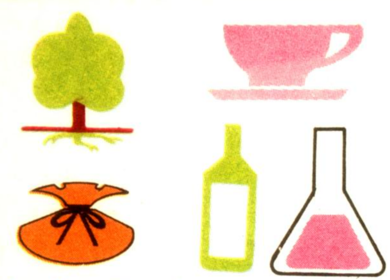
Formas de consumo








GENCIANA DE KOCH



Nombre Científico:
Gentiana Kochiana.
Familia:
Gencianáceas.

Planta de tallo muy corto o sin tallo. Las hojas se disponen en forma de roseta en la base, y son lanceoladas u oblongas, con el margen dentado y la nerviación central muy marcada. Las hojas del tallo (si lo hubiera) son ovaladas, muy pequeñas y opuestas. La flor, de cáliz tubular y cinco pétalos, es azulada y se ubica en la extremidad del tallo sobre un corto pedúnculo. La raíz es fusiforme.

La Genciana de Koch tiene propiedades febrífugas, tónico estomacal, colagogas y digestivas. La forma más común de uso es como infusión a razón de 20 gr. de planta por litro de agua. Se recomienda su consumo en caso de problemas hepáticos, malas digestiones, estados febriles y también como depurativo.

Si se desea, se puede preparar una tintura.

TINTURA DE GENCIANA DE KOCH

Alcohol de 70º ....200 c.c
Genciana de Koch..... 40 gr.

Una cucharadita disuelta en una taza de agua tibia o la infusión de su agrado, después de cada comida.

Sus propiedades de tónico estomacal y digestivas se pueden aprovechar para hacer un vino digestivo.

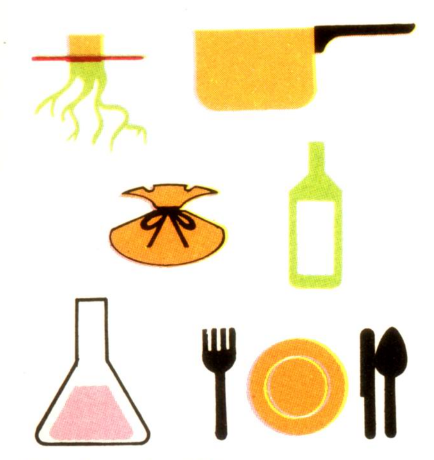
VINO DE GENCIANA DE KOCH

Vino generoso dulce ...1 litro.
Genciana de Koch..... 30 gr.

Se macera la planta machacada durante treinta días, se cuela y se filtra, se bebe por copitas, antes o después de las comidas.

En uso externo, se puede preparar una mascarilla de Genciana de Koch machacada, para aclarar las pecas. Con el mismo fin, se puede preparar un té, algo más cargado, o disolver una cucharada de tintura en agua tibia para aplicar fomentos sobre la cara o zona de la piel a tratar.

GENGIBRE



Nombre científico:
Zingiber Officinalis
Familia:
Cingiberáceas
Otros nombres:
Jenjibre.

Hierba vivaz y olorosa. El tallo tiene una altura variable entre 40 y 60 centímetros. Las hojas son alternas y lanceoladas, las radicales son sésiles. La raíz es un rizoma del grosor de un dedo, segmentado y nudoso, algo aplastado y de color ceniciento por fuera y blanco amarillento por dentro. El rizoma tiene un olor aromático característico y un sabor acre y picante que hacen del gengibre una especie sofisticada y muy codiciada.

La raíz de Gengibre es un estimulante estomacal, digestiva y carminativa. Se la puede usar como condimento, en la misma proporción que se usa la pimienta, o en cocimiento de 10 gramos de raíz por litro de agua. Dosis recomendada, tres tacitas diarias, una después de cada comida. Con el mismo fin se puede preparar la tintura.

TINTURA DE GENGIBRE

Alcohol de 90º . . . . . . 200 c.c.
Rizoma . . . . 10 gr.

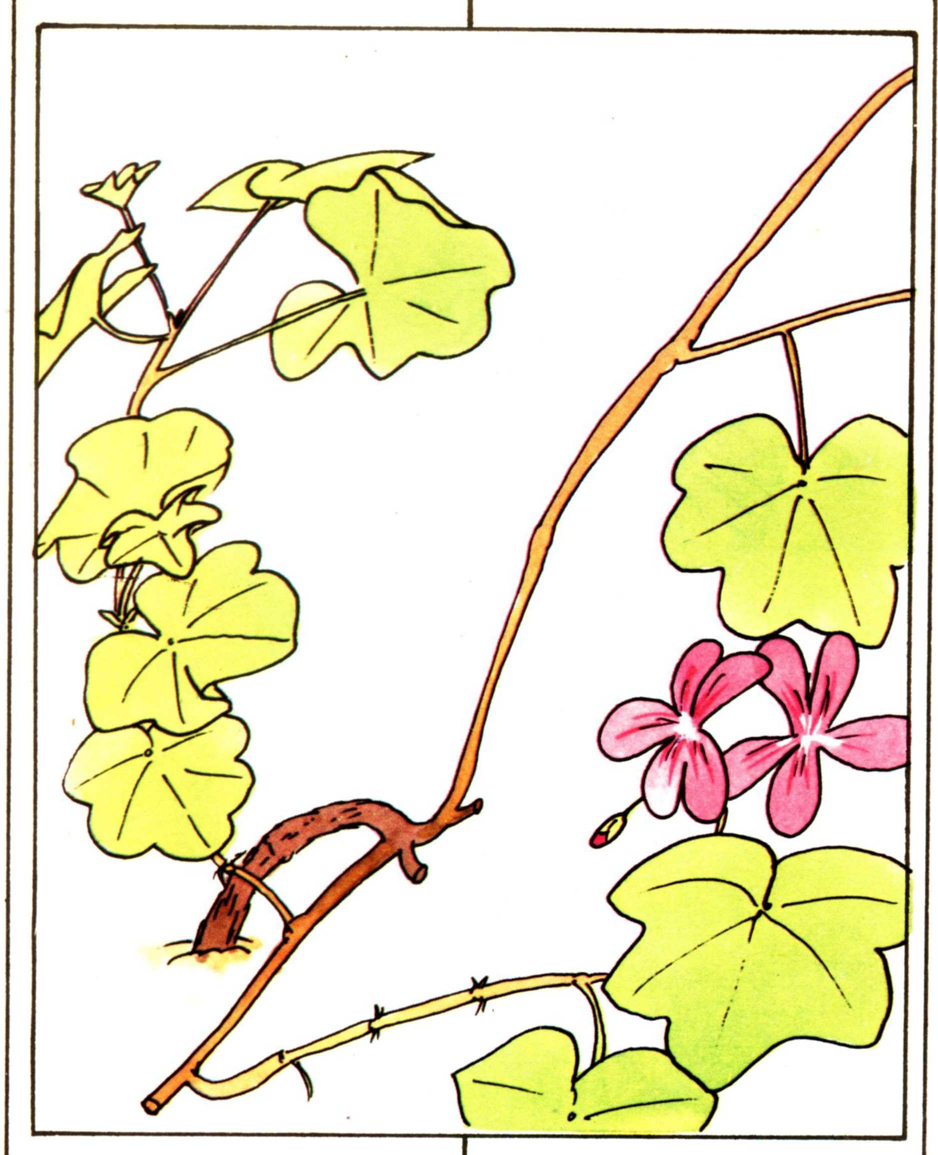
Una cucharadita, disuelta en una taza de agua tibia o la infusión de su agrado, tres veces al día después de las comidas.

VINO DE GENGIBRE

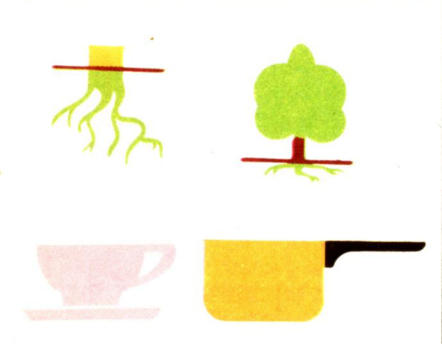
Vino generoso dulce . . 800 c.c.
Tintura de Gengibre . . . . 200 c.c.

Dos o tres copas al día antes o después de las comidas.

Para dolores y ciática, reumáticos, articulares y musculares, se puede preparar una cataplasma de Gengibre. Se reducen a polvo 10 gramos de raíz y se prepara una cataplasma con harina de maíz o de lino. Hay que aplicarla en caliente.



GERANIO



Nombre científico:
Geranium Bertercanum Colla
Familia:
Geraniáceas.

Planta de tallo herbáceo y ramoso de 20 a 40 cm. de altura. Las hojas son opuestas y pecioladas con el borde ondeado. Las flores pueden ser solitarias o en manojitos. Existen mas de cien especies de Geranios, adaptados a regiones templadas o frías, que se diferencian por la forma de las hojas, el hecho de ser tormentosas y glabras y, fundamentalmente, por el olor y color de las flores.

Las flores de Geranio tienen propiedades digestivas, diaforéticas y sudoríficas. Se consume como infusión a razón de 1 gramo de flores en una taza de agua caliente.

La raíz tiene propiedades astringentes lo cual la hace indicada como detersivo para limpiar heridas llagas y pústulas. También es útil en caso de hemorragias y hemoptisis (hemorragias nasales). Para estos usos se prepara un cocimiento de 10 gramos de raíz por litro de agua. Cuando hierve se retira del fuego, se cuela y se deja enfriar.

GINEBRA

(VER ENEBRO)

GIRASOL



Nombre científico:
Helianthus Annuus
Familia:
Compuestas
Otros nombres:
Mirasol

Planta de tallo erecto, que puede llegar hasta los 3 metros de altura, y de consistencia esponjosa. Las hojas, de número reducido pero de gran tamaño, tienen forma acorazonada u ovalada y con las nervaduras muy marcadas, tienen el pecíolo grueso y el borde dentado. La flor es amarilla y en forma de sol (de allí deriva su nombre científico: en griego Helios significa sol y anthos flor) y las semillas angulosas y de color negro. Cada flor puede contener mas de mil semillas y estas poseen un gran valor nutritivo. Se las consume directamente, en forma de harina o como aceite. Esta planta, al igual que el Eucaliptus, crece en zonas insalubres y pantanosas y contribuye a sanear zonas malsanas.

Las semillas tostadas en una sartén o al horno con un poco de sal se pueden comer directamente. Los pecíolos hervidos de las hojas jóvenes se pueden usar en alimentación.

La tintura de tallos de Girasol tiene propiedades febrífugas y calmante para los dolores de estómago.

TINTURA DE GIRASOL

Alcohol de 90º . . . . . . 200 c.c.
Tallos tiernos
trozados . . . . 100 gr.

Se deja macerar durante un mes, se filtra y se guarda en frascos oscuros y de tapa hermética. Dosis recomendada, una cucharada, disuelta en una taza de agua tibia o la infusión de su agrado, dos o tres veces al día. También se la puede emplear como detersivo para limpiar llagas o en compresas. Para este fin se disuelve una o dos cucharadas de tintura en una taza de agua tibia.

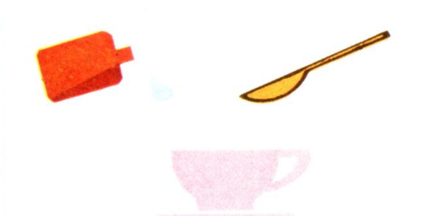
VINO DE GIRASOL

Tintura de Girasol . . . . 150 c.c.
Vino blanco seco . . . . . 850 c.c.

Dosis recomendada, dos copitas al día antes de las comidas. Como tónico estomacal.

El aceite de semillas de Girasol es usado para cocinar. Es recomendable para las personas que tienen problemas de colesterol.

GOMA ARABIGA



La goma arábiga es la resina cristalizada (que se obtiene haciendo incisiones en la cortez) de la ACACIA (vease).

Tiene propiedades pectorantes por lo cual se la usa para calmar los accesos de tos y las afecciones bronquiales leves. A tal fin se chupa un trocito de goma seca como si fuera una pastilla. También se la puede consumir en forma de jarabe.

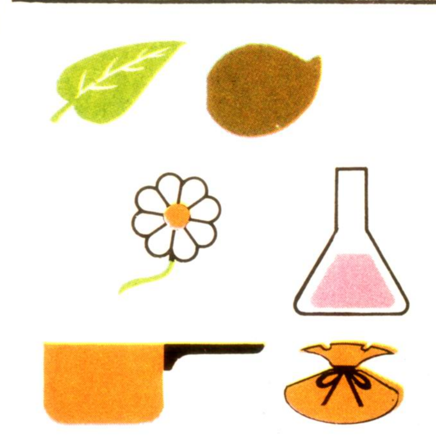
JARABE DE
GOMAR ARABIGA I

Se disuelven 5 gramos de goma en 100 c.c. de agua (fría o caliente). Se toma en pequeñas copas para calmar accesos de tos.

JARABE DE
GOMA ARABIGA II

Se baten dos cucharadas de goma en polvo en una copa de agua fría y jugo de limón para darle un poco de acidez. Esta bebida se puede tomar sin problemas, alivia la sed y evita la sequedad de la boca.

GORDOLOBO



Nombre científico:
Verbascum Thapeus
Familia:
Escrofulariáceas
Otros nombres:
Verbasco, Borbasco.

Planta bienal. El tallo, simple, es tormentoso y puede llegar a medir dos metros de altura. Las hojas son oval-lanceoladas y lanosas. Las superiores son sésiles y están dispuestas en roseta. El fruto es una cápsula elipecidal que contiene semillas rugosas.

Las flores y hojas tienen propiedades béquicas, antiespasmódicas, expectorantes y sudoríficas. Estas características la hacen especialmente indicada para los casos de gripes, resfríos, catarros y complicaciones broncopulmonares. A tal fin se hace un cocimiento de 10 á 15 gramos de hojas y flores por litro de agua, cuando estalla el hervor se retira del fuego, se cuela cuidadosamente (los pelos de la planta pueden producir irritaciones que, lejos de calmar, pueden dar más tos) y se beben 3 ó 4 tazas por día.

Un cocimiento de flores, a razón de 20 gramos por litro de agua, da un colutorio para casos de afecciones en la garganta (no olvidar de colar cuidadosamente).

Con las hojas hervidas en leche se prepara una cataplasma de características emolientes y vulnerarias apta para hacer madurar granos, forúnculos, panadizos, etc. Se deben aplicar calientes sobre la zona afectada.

Un cocimiento de 60 gramos de flores y hojas por litro de agua da un líquido de propiedades detersivas, astringentes, antiflogísticas y vulnerarias. Se usa para lavaje de heridas, llagas, quemaduras y en baños de asiento para reducir las hemorroides inflamadas. Para este último caso también se puede preparar una pomada.

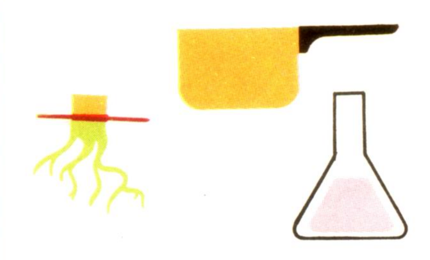
Un puñado de semillas hervidas en medio litro de agua son un buen remedio para los sabañones y grietas de piel producidas por el frío.

POMADA DE GORDOLOBO

Manteca sin sal . . . . 500 gr.
Hojas y flores
machacadas . . . . 300 gr.

Se deja calentar a baño maría durante un par de horas. Se enfría y se elimina el líquido sobrenadante, si lo hubiera. Se vuelve a calentar a baño maría y se cuela en caliente a través de una muselina limpia. Se guarda en la heladera en un recipiente adecuado.

GRAMA



Nombre científico:
Triticum Repens
Familia:
Gramíneas
Otros nombres:
Gramilla, Gramilla Blanca, Gramilla Dulce.

Planta de rizoma rastrero delgado y coriáceo. Los tallos, semejante a cañitas, pueden alcanzar hasta 20 cm de altura. Las hojas son delgadas lineares, ligeramente dentadas y algo tormentosas. El extremo del tallo aparecen varias espiguitas con la apariencia de los dedos de la mano abierta. Existen mas de 200 especies diferentes pero todas tienen las mismas propiedades.

Es muy común ver a los gatos y los perros comer hojas nuevas para purgarse o vomitar.

El rizoma de Grama es depurativo, diurético, litóntrico y antiflogístico. Por estas propiedades es particularmente indicado para afecciones del sistema genito urinario y en el caso de cólicos renales para ayudar a la expulsión de piedras y arenillas. Se prepara un cocimiento de rizoma: 30 gramos por litro de agua, se hierve durante 20 minutos y se toman de 4 a 6 tazas por día. También se la puede consumir en forma de tintura.

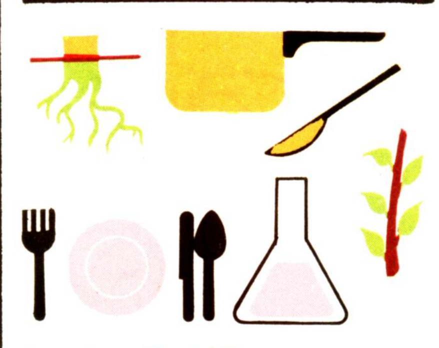
TINTURA DE GRAMA

Alcohol de 70º . . . . . . 200 c.c.
Rizomas de Gramilla . . . . 50 gr.

Una cucharadita disuelta en un vaso grande de refresco, té frío limonada, etc. Se puede tomar tres o cuatro veces al día.



GRAMA DE LAS BOTICAS



Nombre Científico:
Agropyrum Repens.
Familia:
Gramíneas.

Planta de rizoma rastrero, de consistencia coriácea, delgado y con abundante raicillas. Las hojas son delgadas, lineales, ligeramente dentadas y tormentosas; se insertan en tallos muy delgados, rematados en una espiga. En algunas zonas, esta planta puede llegar a ser una plaga.

El rizoma de la Grama de las Boticas presenta características muy semejantes a las de la Grama. Se consume de la misma manera que la Grama común en lo que hace al preparado de cocimiento y tintura. Puede consumirse además en forma de jarabe.

JARABE DE GRAMA DE LAS BOTICAS

Agua . . . . .750 c.c
Azúcar. . . . .Cantidad necesaria.
Rizoma machacado . . . . 25 gr.

Se calienta el agua junto con el rizoma machacado y se le va agregando el azúcar a cucharadas y revolviendo. Cuando se obtiene la consistencia deseada, se reduce el fuego y se espuma. Se cuela en caliente y se guarda en recipientes adecuados. Dosis recomendada: una cucharadita disuelta en agua tibia, alguna infusión digestiva o vino, tres o cuatro veces al día.

El rizoma se puede conservar seco, para lo cual se lo lava cuidadosamente y se lo deja secar a la sombra, en un lugar bien aireado y cálido para evitar su germinación.

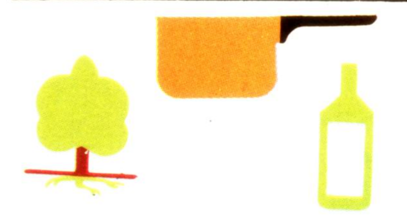
En uso externo, tiene propiedades emolientes y madurativas; una cataplasma de rizoma machacado ayudará a la maduración de granos, forúnculos y panadizos.

Los brotes tiernos de la Grama de las Boticas se pueden consumir en forma de ensalada, mezclado con otros vegetales.

GRAMA DE LAS INDIAS
(VER VETIVER)

(VER VETIVER)

GRAMA DE OLOR



Nombre Científico:
Anthoxantum Odoratum.
Familia:
Gramíneas.
Otros nombres:
Grama de los Prados.

Los tallos de esta planta son semejantas a cañitas, y alcanzan una altura de unos 30 cm. La parte superior de los tallos aparece desnuda y con dos o tres hojas ovaladas y de borde dentado en la parte inferior. Las flores se agrupan en racimos en el extremo de los tallos y son de color amarillo brillante. Esta hierba es cultivada en jardines por su aroma particularmente agradable.

La Grama de Olor tiene propiedades tónico digestivas y aperitvas. La forma más común de empleo es como vino.

VINO DE GRAMA DE OLOR

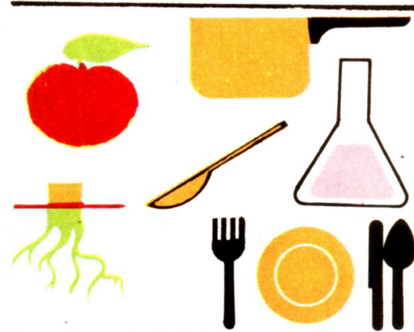
Vino Blanco seco. . . . . .1 litro.
Azúcar. . . . . 1 cucharada.
Grama de Olor. . . . . . .1 planta.

Se arranca una planta y se limpia cuidadosamente con agua (especialmente la raíz). Se pica en trozos pequeños y se deja en maceración en el vino durante media hora. Se cuela a través de un lienzo limpio y se embotella nuevamente.

En uso externo, se puede preparar un cocimiento de tres o cuatro manojos de planta en una olla de agua, que se agrega a la bañadera para perfumar un baño de inmersión. Además de sus propiedades aromáticas, actua como relajante y reconstituyente luego de un día de trabajo agotador.

Colocando en bolsitas de tela manojos de Grama de Olor dentro de las valijas o baúl donde se guarda la ropa, o bien en los roperos, se mantendrá la ropa perfumada a la par que mantendrá alejadas a las polillas.

GRANADO



Nombre científico:
Punica Granatum L.
Familia:
Punicáceas
Otros nombres:
Granada.

Arbusto de tronco tortuoso y ramificado que puede superar los 3 metros de altura. El tallo es rugoso y de color gris. Las hojas son oblongas, verdes y lustrosas. Las flores están reunidas en monojitos de dos o tres son grandes, de consistencia carnosa y de color rojo carmín. El fruto, semejante a una manzana, es una baya de corteza coriácea y verrugosa de color rojizo o amarillo con jaspeados en rojo. Interiormente está dividido en compartimientos membranosos y encierra infinidad de granitos colorados, muy jugosos y dulces.

El jugo de los granos de la granada tiene propiedades refrigerantes y astringentes y es especialmente indicado para los casos febriles y diarreas estivales. Se puede consumir como jarabe.

JARABE DE GRANADO

Jugo de granada. . . . . .1 litro
Azúcar. . . . . cantidad suficiente

Se calienta a fuego suave y se agrega el azúcar de a poco y revolviendo continuamente hasta llegar a punto de saturación.

Es necesario usar recipientes esmaltados ya que los ácidos del jugo puede reaccionar con los metales de la olla (aluminio o hierro) y dar compuestos indigestos. Se



deja enfriar y se guarda en recipientes de tapa hermética. Para su uso se disuelve una o dos cucharadas en un vaso de agua tibia y se toma, dos o tres veces al día, como refresco. Es refrescante para los casos febriles y un buen diurético, recomendado para las inflamaciones de las vías urinarias.

La corteza del fruto tiene propiedades astringentes, tónicas y vermífugas, que la hacen particularmente indicada para diarreas persistentes y como calmante en caso de desarreglos estomacales. Se prepara un cocimiento de 15 gramos de cáscara por litro de agua y se beben tres o cuatro tazas al día. Con el mismo fin se puede preparar la tintura.

TINTURA DE GRANADO

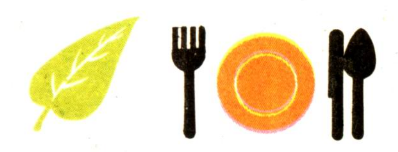
Alcohol de 70º . . . . . . 200 c.c.
Cáscara de granada . . . . . 40 gr.

Una cucharadita, disuelta en agua tibia, la infusión de su agrado o jugo de frutas, tres o cuatro veces al día.

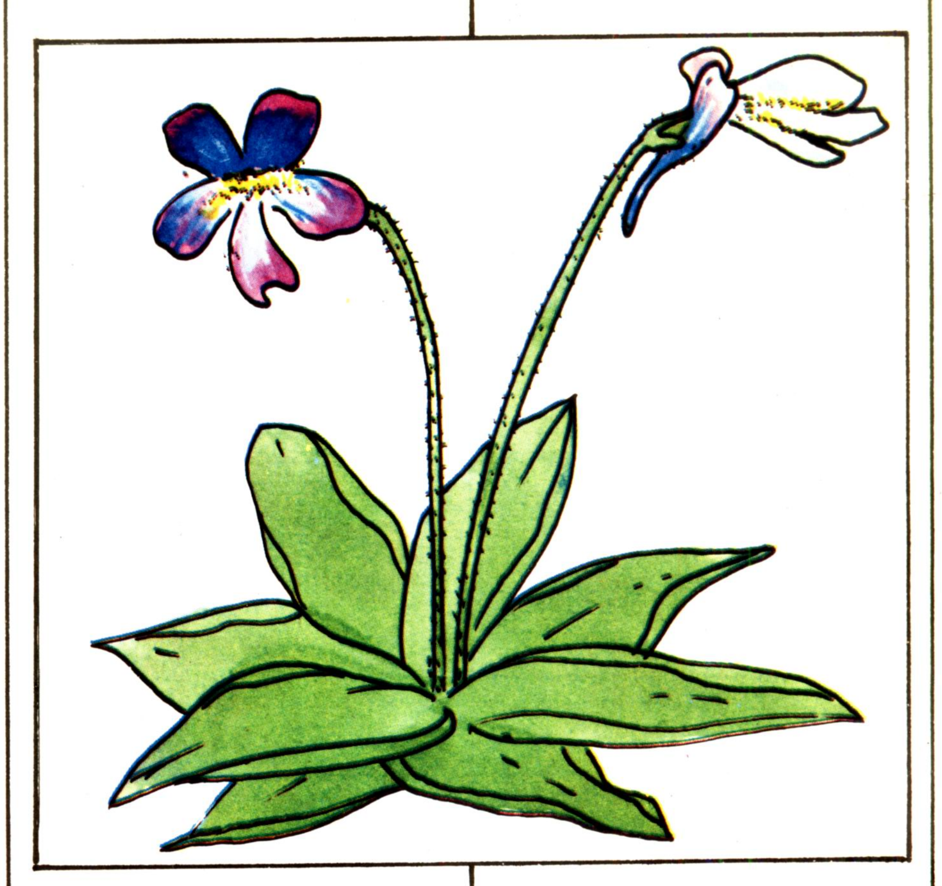
Con la corteza de la raíz se puede preparar un eficaz vermífugo y tenífugo (para la lombriz solitaria). Se dejan en maceración durante 20 minutos, se filtra y se toman tres tazas al día, una en ayunas otra antes del almuerzo y otra antes de la cena.

GRAN LUZ
(VER CELIDONIA)

GRASILLA



Nombre Científico:
Pinguicula Vulgaris.
Familia:
Lentibulariáceas.



Hierba provista de raía fibrosa y corta. Las hojas inferiores son ovaladas, carnosas, sin pecíolo y dispuestas en roseta.

Las flores, sostenidas por un largo y frágil pedúnculo, son de color violeta. El pedúnculo de la flor puede alcanzar una altura de hasta 10 cm.

Las hojas de la Grasilla tienen propiedades antiespasmódicas, broncosedantes, béquicas, purgantes y levemente diuréticas.

En uso externo, tienen propiedades vulnerarias y hemostáticas.

La forma más común de consumo es como infusión, a razón de 20 gr. de hojas en un litro de agua caliente. Se deja macerar durante 5 minutos y se toman tres tazas diarias. También se puede preparar una tintura.

TINTURA DE GRASILLA

Alcohol de 70º . . . . . . .200 c.c
Grasilla, hojas . . . . 40 gr.

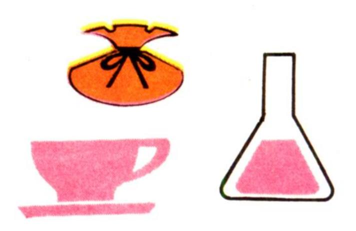
Una cucharadita disuelta en agua tibia o una infusión de propiedades béquicas, tres veces al día.

Tanto el té como la tintura son recomendables en caso de estados catarrales, accesos de asma, gripe o aquellas enfermedades donde haya retención de orina y líquidos.

Su propiedad cicatrizante se la puede aprovechar para tratar heridas de boca y garganta, encías sangrantes o herpes. A tal fin se prepara un colutorio disolviendo una cucharada de tintura en una taza de agua tibia.

En uso externo, el jugo de hojas de Grasilla, o bien una cataplasma de hojas machacadas, tiene propiedades cicatrizantes o vulnerarias. El jugo se utiliza como detersivo para lavar heridas o para aplicar fomentos. Con fines semejantes, se puede preparar una solución disolviendo una o dos cucharadas de tintura en una taza de agua tibia.

En culinaria, es utilizado el jugo para cuajar la leche para hacer yogourt o quesos.



GRINDELIA



Nombre Científico:
Grindelia Robusta.
Familia:
Compuestas.

Arbusto perenne de aproximadamente un metro de altura. El tallo puede tener la base algo lignificada, pero lo más frecuente es que tenga consistencia herbácea. Las hojas son sésiles, de forma triangular, terminadas en punta, de borde dentado y consistencia coriácea. Las flores, de color amarillo anaranjado y aspecto semejante al de la Margarita crecen en la extremidad de los tallos.

Las flores de la Grindelia tienen propiedades béquicas, balsámicas, antinflamatorias, tónico estomacal y tónico cardíaco.

La forma más frecuente de uso es como infusión, a razón de 10 gr. de flores por litro de agua. Dosis recomendada: dos o tres tazas al día. También se puede elaborar una tintura.

TINTURA DE GRINDELIA

Alcohol de 70º . . . . . . .200 c.c
Grindelia, flores. . . . . . . 20 gr.

Una cucharadita, disuelta en una taza de agua caliente o una infusión de efecto béquico, dos o tres veces al día. Al igual que la infusión se recomienda beberla caliente y endulzada con azúcar quemada o miel.

También se puede preparar un jarabe.

JARABE DE GRINDELIA

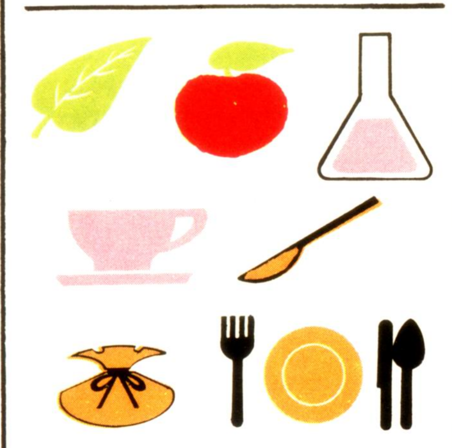
Agua . . . . .500 c.c
Azúcar. . . . .Cantidad necesaria.
Grindelia, flores. . . . . . . 10 gr.

Se coloca el agua a calentar y se va disolviendo el azúcar hasta obtener un almibar espeso. Cuando estalle el hervor, se agregan las flores y se revuelve a fuego lento durante 5 minutos.

Se espuma, se cuela en caliente y se guarda en envase apropiado. Se toma una cucharada en los momentos de accesos de tos.

En uso externo, una cataplasma de flores machacadas tiene propiedades calmantes y antinflamatorias en casos de irritaciones de piel.

GROSELLA



Nombre Científico:
Ribes Rubrum.
Familia:
Saxífragáceas.

Este arbusto, que puede alcanzar más de un metro de altura, es muy ramificado y de corteza glabra, color gris. Las hojas con forma de corazón son lobuladas, alternas, con pecíolo largo, glabras en el haz y pubescentes en el envés. Las flores se disponen en racimos y son de color amarillo verdoso. El fruto es una baya de color rojo intenso, brillante, con numerosas semillas y de sabor agridulce muy grato.

Los frutos y hojas del Grosellero tienen amplias aplicaciones en medicina casera.

Las hojas tienen propiedades estomacales y digestivas. A tal fin se prepara una infusión de 20 gramos de hojas en un litro de agua hirviendo. Se la deja enfriar y se beben dos o tres tazas al día, frías. También actúa este té como depurativo de la sangre. Si se desea, se puede preparar una tintura.

TINTURA DE HOJAS DE GROSELLA

Alcohol de 70º . . . . . . .200 c.c
Hojas de Grosella machacada. . .
. . . . 60 gr.

Una cucharadita disuelta en un vaso de agua tibia, dos o tres veces al día.

En uso externo, las hojas tienen propiedades emolientes y antirreumáticas. En este último caso, se las usa por sus propiedades analgésicas, en caso de dolores articulares producto de reumatismo, artritis o luxaciones. Se prepara una cataplasma de hojas machacadas y se la mantiene en la zona afectada por medio de un vendaje adecuado. Sus propiedades resolutivas y madurativas, hacen esta cataplasma apropiada también en casos de abscesos, granos, panadizos y forúnculos de difícil maduración.

En casos de dolores articulares y reumáticos, se pueden colocar fomentos tibios de una solución hecha con dos o tres cucharadas de tintura en una taza de agua tibia.

La fruta de la Grosella tiene propiedades depurativas, digestivas, tónico estomacales, diuréticas, ligeramente laxantes y vitamínicas. Además, es muy refrescante por lo cual sus distintos preparados son especialmente indicados en casos de estados febriles o gripales, ya que sus efectos pueden reemplazar a los de la limonada.

Los frutos comidos en ayunas actúan como un laxante suave y natural. Después de las comidas, tanto en forma natural como preparados en dulce, jalea, jugos, etc., son un excelente digestivo.

Se pueden preparar conservas mermeladas y gelatinas por los métodos tradicionales.

JARABE DE GROSELLA

Un jarabe indicado para consumo inmediato se prepara moliendo y pasando por un cedazo 300 gr. de Grosellas. La pulpa recogida se espesa con azúcar y se bebe directamente o rebajada con un poco de agua fresca. Este preparado es especialmente indicado por sus virtudes refrescantes en casos de accesos febriles.

También se puede preparar un granulado, que se puede conservar durante mucho tiempo y es ideal para las épocas en que no se consiguen las Grosellas frescas. Se desgranan los frutos, se machacan y se pasa todo por un tamiz. Se le añade cinco veces su peso en azúcar impalpable y se revuelve hasta formar una pasta homogénea (observación: es bueno ir agregando el azúcar de a poco para facilitar su correcta disolución y homogenización. Esta pasta se deja secar al sol o bien en un horno de temperatura muy baja hasta su completo secado. Se tritura la mezcla en un mortero hasta obtener un polvo fino y se guarda en envase de vidrio, de color oscuro, con tapa hermética. Se disuelve una o dos cucharadas de este preparado en un vaso de agua fresca y se obtiene una bebida tan agradable como si se utilizara la fruta fresca.

Para preparar una jalea, se colocan al fuego las Grosellas sin desgranar con un volumen de agua equivalente al de fruta. Se cocinan a fuego lento y se pasa todo por un tamiz, exprimiendo con una cuchara de madera. Se prepara un volumen igual al del jugo obtenido, de almibar espeso y se mezcla con el jugo de Grosellas. Se le da un suave hervor y se envasa rápidamente, pues este preparado tiende a coagular en cuanto empieza a bajar su temperatura.

Con Grosellas machacadas se prepara una máscara facial para limpiar, desengrasar y suavizar el cutis. Es especialmente indicada por sus propiedades refrescantes, después de haber tomado sol.

GUACO



Nombre Científico:
Micania Guaco.
Familia:
Compuestas.

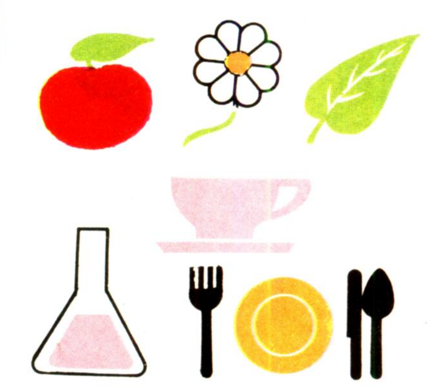
Planta trepadora cuyos tallos pueden alcanzar hasta 20 metros de largo. Los sarmientos de esta enredadera son volubles, es decir, van creciendo en forma envolvente alrededor de otra planta o del objeto que le sirve de guía. Las hojas ovales o acorazonadas y de ápice puntiagudo son grandes y pecioladas. Las flores, en forma de campanillas, vienen agrupadas en racimos y son de color blanco; tienen un olor fuerte y desagradable.

Las hojas de Guaco tienen propiedades depurativas y antireumáticas. La forma más común de uso es en infusión a razón de 20 gramos de hojas por litro de agua. La dosis recomendada es de tres tazas diarias.

En uso externo, una cataplasma de hojas machacadas alivia y ayuda a calmar y reducir las hinchazones producidas por picaduras de insectos.

GUALEGUAY
(VER AGUARIBAY)

GUANABANO



Nombre Científico:
Anona Muricata.
Familia:
Anonáceas.
Otros nombres:
Anona de Puntitas; Palo de Guanábano; Anona de Broquel.

Arbol de tronco recto, de corteza gris oscura y lisa, copa frondosa, que alcanza hasta los 8 metros de altura. Las hojas son lanceoladas, de borde liso, de color verde intenso en el haz y blanquecino en el envés. Las flores son de color blanco ama-

rillento, muy grandes. El fruto tiene la corteza verdosa y la pulpa blanca, de sabor muy agradable, refrescante y dulzón, con numerosas semillas negras. A veces la corteza del fruto puede presentar algunas púas o espinas débiles.

Las hojas del Guanabano tienen propiedades digestivas, carminativas, tónico estomacales, analgésicas y astringentes. Son utilizadas en toda clase de complicación del aparato digestivo: dolores estomacales, diarreas, digestiones pesadas, desarreglos estomacales por excesos de comidas y bebidas, flatulencias.

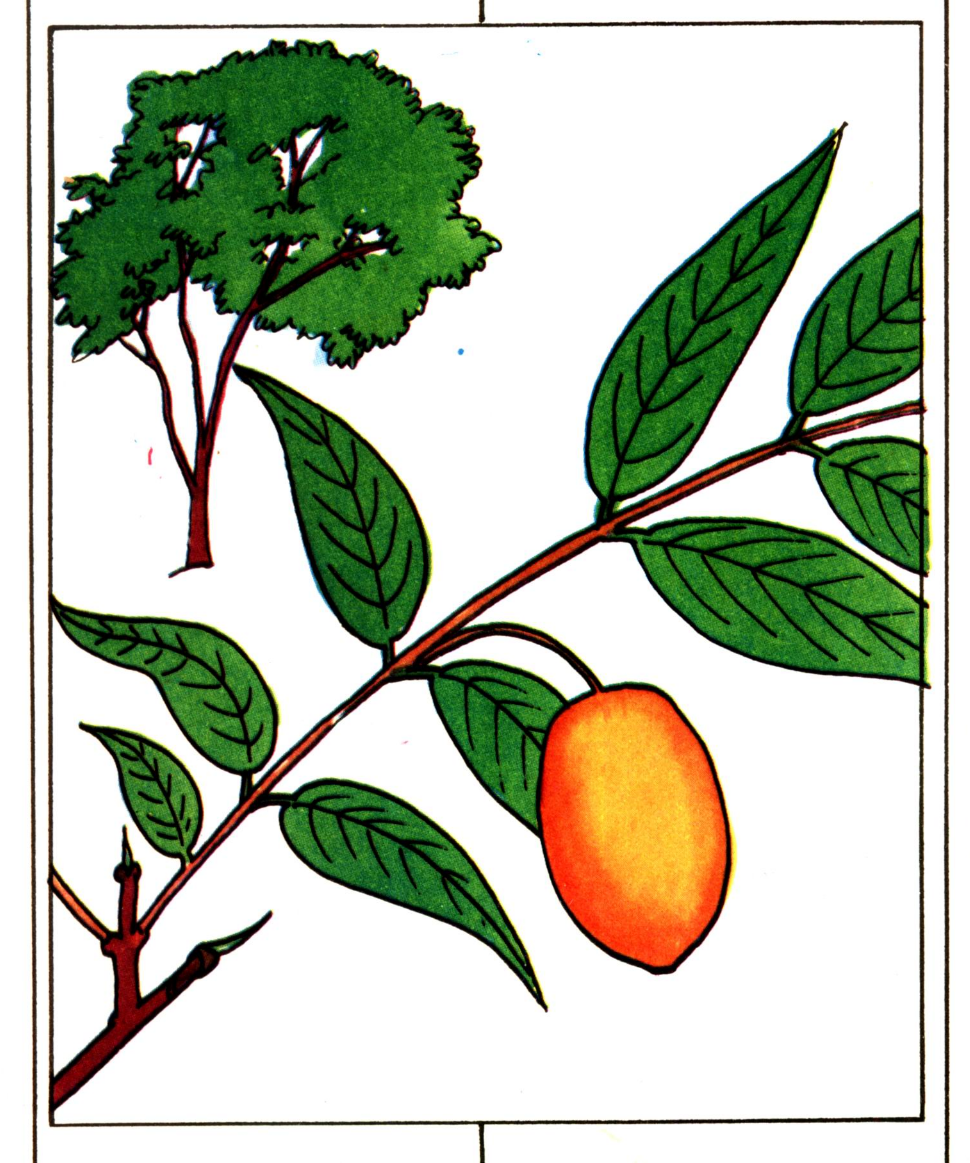
La forma más común de consumo es como infusión, a razón de dos o tres hojas en una taza de agua caliente. Si se desea, se le pueden agregar a este té, flores de azahar o tintura de anís para aumentar su poder curativo. Dosis recomendada: tres o cuatro tazas al día. Se se desea, también se puede consumir en forma de tintura.

TINTURA DE GUANABANO

Alcohol de 70º . . . . . . .200 c.c
Hojas de Guanabano . . . 30 gr.

Una cucharadita, disuelta en alguna infusión digestiva, dos o tres veces al día.

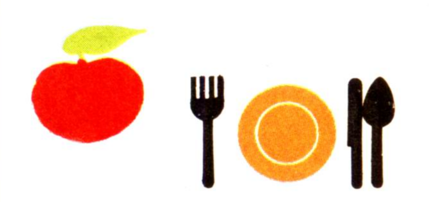
Las flores y pimpollos de Guanabano tienen propiedades pectorales, béquicas y expectorantes. Son recomendables en casos de gripes, estados catarrales y bronquitis. Se coloca una cucharada de flores y pimpollos en una taza de agua hirviendo y se bebe bien caliente endulzado con miel o azúcar quemada.



GUANTE DE PASTORA
(VER DIGITAL)

GUARDARROPA
(VER ABROTAMO MACHO)

GUAYABA



Nombre Científico:
Psidium Pyriferum.
Familia:
Mirtáceas.

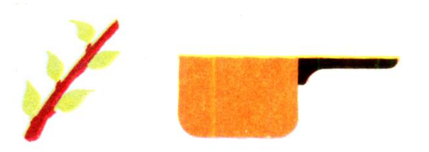
El Guayabo alcanza hasta cinco o seis metros de altura. Posee un tronco torcido y ramoso; las hojas son elípticas, puntiagudas y ásperas; las flores son axilares, de pétalos redondeados, de color blanco y muy perfumadas. El fruto es la Guayaba, de forma aovada, del tamaño de una pera mediana; la pulpa es dulce y posee semillas pequeñas y numerosas.

La Guayaba tiene propiedades laxantes y de regulador intestinal, por lo tanto su consumo es recomendado en caso de personas que padecen de estreñimiento crónico.

En casos de diarreas o colitis, el fruto consumido verde tiene propiedades astringentes.

GUAYABO
(VER ANACAHUITA)

GUAYACAN



Nombre científico:
Guajacum Officinale L.

Familia:
Cigofiláceas
Otros nombres:
Guayaco, Palo santo de Córdoba, Cucharera, Cuchupí.

Es un árbol de tronco ramoso y torcido, de corteza gruesa parduzca y quebradiza, que alcanza hasta 15 metros de altura. Las hojas son entera, pareadas, elípticas y persistentes. Las flores son blanco azuladas y se dan en hacecillos (o racimos) terminales. El fruto es carnoso y de la forma de una aceituna. El Guayacán crece en la zona centro, centro oeste y noroeste de nuestro país.

Con los tallos tiernos del Guayaco, o la madera en virutas o aserrín, se prepara un cocimiento de propiedades depurativas, antirreumáticas, sudoríficas y expectorantes. La proporción indicada es de 50 gramos en madera por litro de agua y se deja hervir por 20 minutos. Se pueden tomar cuatro o cinco tazas al día. Como la madera es muy resinosa este cocimiento tiene propiedades balsámicas (anticatarral y expectorante), para este fin se recomienda tomar el cocimiento bien caliente y endulzado con miel y azúcar quemada.

En uso externo se prepara un cocimiento de 100 gramos de madera por litro de agua. Se deja hervir durante 20 minutos y se cuela. Se usa esta agua en fomentos tibios (o mejor aún calientes) para calmar y reducir dolores reumáticos, musculares o articulares. También se puede usar como resolvente en casos de golpes hematomas o heridas, tiene propiedades vulnerarias y antiinflamatorias.

GUAYACO
(VER PALO SANTO)

GUAYCURU SANTIAGUEÑO

Nombre científico:
Prosopanche Burmeisteri De Barry

Familia:
Hidoráceas
Otros nombres:
Guaycurú raíz cuadrada, Hongo Guaycurú (por su parecido externo con un hongo).

Crece en la zona centro y noroeste de nuestro país. Suele ser una especie parástita de las raíces del algarrobo.

El rizoma de Guaycurú Santiagueño tiene propiedades balsámicas, bequicas, expectorantes, antiasmáticas y depurativas.

Es muy usado en todo tipo de afecciones broncopulmonares, estados catarrales y gripales. Se prepara un cocimiento de 60 gramos de rizoma machacado en dos litros de agua. Se deja hervir hasta que se reduzca a un poco menos de la mitad. Se toman tres tazas al día. Una a media mañana otra a media tarde y otra antes de acostarse. Si se desea se puede endulzar con miel o azúcar quemada. También se lo puede consumir como tintura.



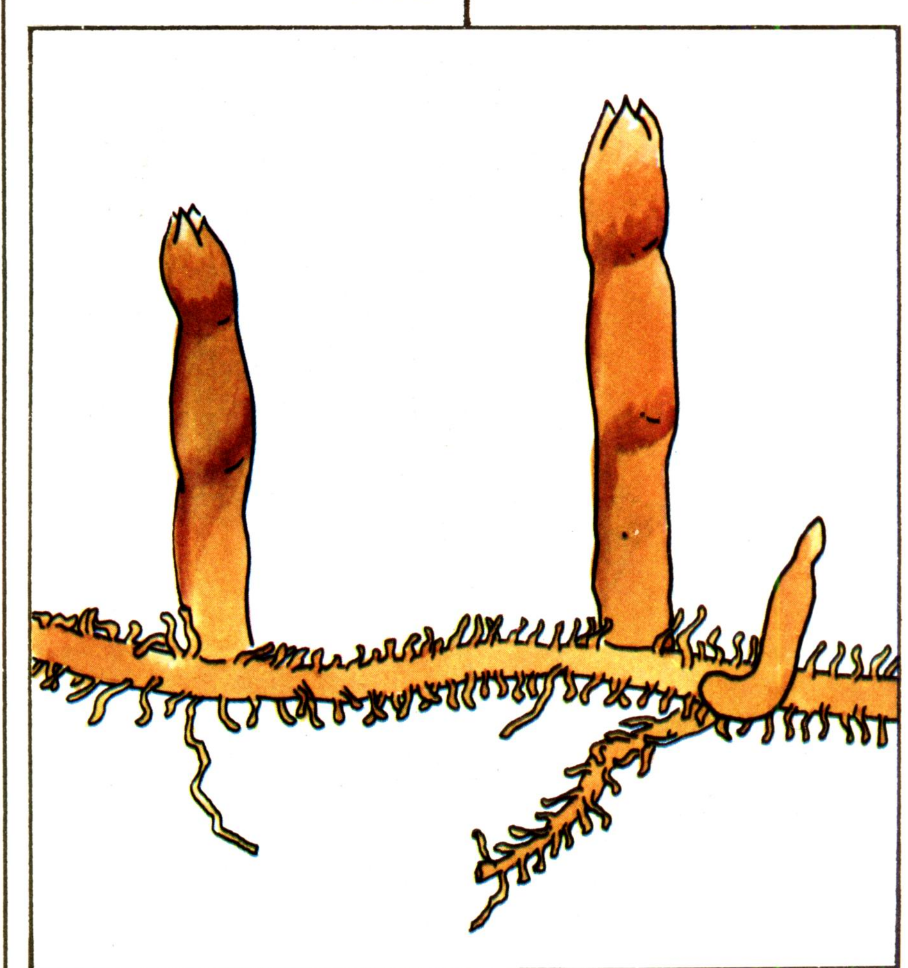


TINTURA DE GUAYCURU

Alcohol de 90º . . . . . . 200 c.c.
Rizomas de Guaycurú trozados . . . . 40 gr.

Una cucharadita disuelta en una taza de agua caliente, o la infusión de su agrado, tres veces al día.

GUILLI
(VER ARRAYAN)



GUILLIPATAGUA



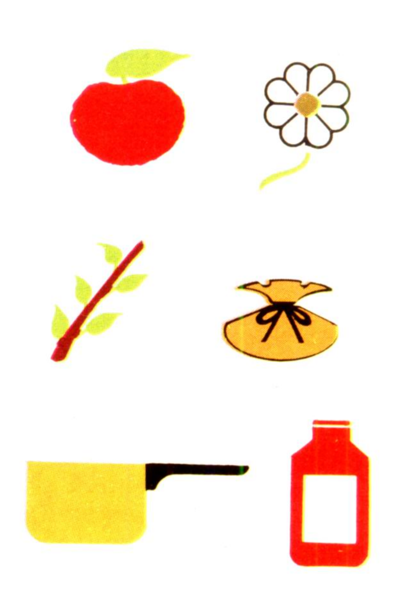
Nombre Científico:
Villarezia Mucronata.
Familia:
Otros nombres:
Naranjillo.

Arbol de regular tamaño, aspecto agradable; las hojas son tupidas, ovales, coriáceas, enteras, lustrosas en el haz y pálidas y amarillentas en el envés. Las flores, agrupadas en racimos, son de color blanco amarillento y suavemente perfumadas. El fruto es una drupa ovalada.

Las hojas de la Guillipatagua tienen propiedades purgantes y por sus efectos, pueden ser comparadas al Sen, del cual se pueden considerar sucedáneas o reemplazantes. La forma de uso es como cocimiento, a razón de 5 gramos de hojas en medio litro de agua. Se deja hervir durante tres minutos y se toma una taza caliente en ayunas y otra media hora después.

GUINDO
(VER CEREZO)

GUISANTE



Nombre Científico:
Pisum Sativum.
Familia:
Papilonáceas.
Otros nombres:
Arveja.

Planta anual de la que se conocen distintas variedades. Los tallos son volubles, de uno a dos metros de longitud. Las hojas son compuestas de tres pares de folíolos elípticos de borde entero pero ondulado. Los tallos también presentan zarcillos que ayudan a la planta a mantenerse alrededor del pié que le sirve de tutor o guía. Las flores son racimos colgantes de color blanco, rojo o azulado que nacen en las axilas de las hojas. El fruto es una vaina casi cilíndrica que encierra semillas casi esféricas que pueden llegar en algunos casos hasta 8 mm. de diámetro.

Las semillas frescas (las arvejas) de esta planta tienen propiedades nutritivas, vulnerarias y reconstituyentes de la piel.

En uso interno, además de ser un alimento delicioso y de amplia aplicación en la comida, tanto fresca, en harina como en conserva, sirven para calmar la sensación de quemazón que produce la acidez estomacal. A tal fin se recomienda comer cinco o seis arvejas frescas en ayunas y entre las comidas.

En uso externo, un cocimiento de granos frescos machacados, tiene propiedades vulnerarias (cicatrizante). Se puede utilizar en forma de fomentos tibios o para lavar heridas o llagas en vías de cicatrización.

Una cataplasma de arvejas con vainas hervidas aplicadas sobre las articulaciones reducen los dolores producidos por reumatismo, artritis y luxaciones. También es recomendable machacar las vainas con sus frutos antes de hervirlas.

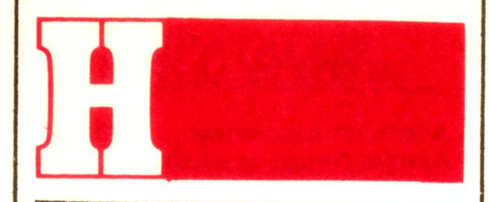
Con arvejas crudas machacadas se puede preparar una máscara facial para tratar problemas de acné, dermatosis y piel rugosa. Con el mismo fin se puede preparar un aceite cosmético.



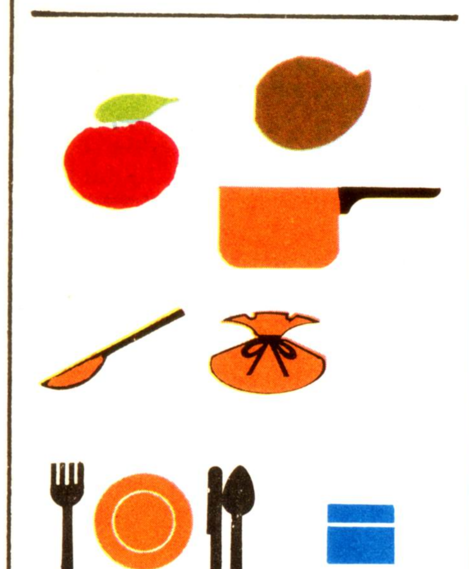
ACEITE DE ARVEJAS

Aceite de Almendras . . .200 c.c
Arvejas frescas machacadas . . . . 50 gr.

Se calienta esta mezcla a baño maría durante seis horas. Se cuela en caliente y se deja enfriar. Se elimina el líquido sobrante, si lo hubiera, y se guarda en envases de tapa hermética.



HABA



Nombre científico:
Fava Vulgaris
Familia:
Leguminosas.

Planta herbácea de tallo poligonal que puede alcanzar hasta los 80 centímetros de altura. Las hojas son compuestas de dos a cinco folíolos ovales de borde liso y terminado en una pequeña punta. Las flores, agrupadas en racimos, son sésiles y de color blanco con reflejos rojizos. El fruto es una vaina de unos 12 centímetros de largo, rolliza, correosa y aguzada en los extremos. En su interior contiene cinco o seis semillas grandes, oblongas, aplastadas de color blanquecino o pardo. Las semillas son comestibles, y aún toda la vaina cuando está verde.

Las semillas, además de ser utilizadas, tanto frescas como secas, como alimento, tienen algunas aplicaciones en medicina casera. Si se cocinan las habas verdes, el agua de cocimiento tiene propiedades diuréticas y litóngricas, lo cual la hace muy indicada para problemas de cálculos y arenillas renales. En caso de cocinar las habas directamente peladas, se pueden aprovechar igualmente las vainas que usualmente se desechan. Una decocción de 50 gramos de vaina por litro de agua tiene las mismas propiedades diuréticas que si cocinase todo el fruto. Dosis recomendada: tres o cuatro tazas por día.

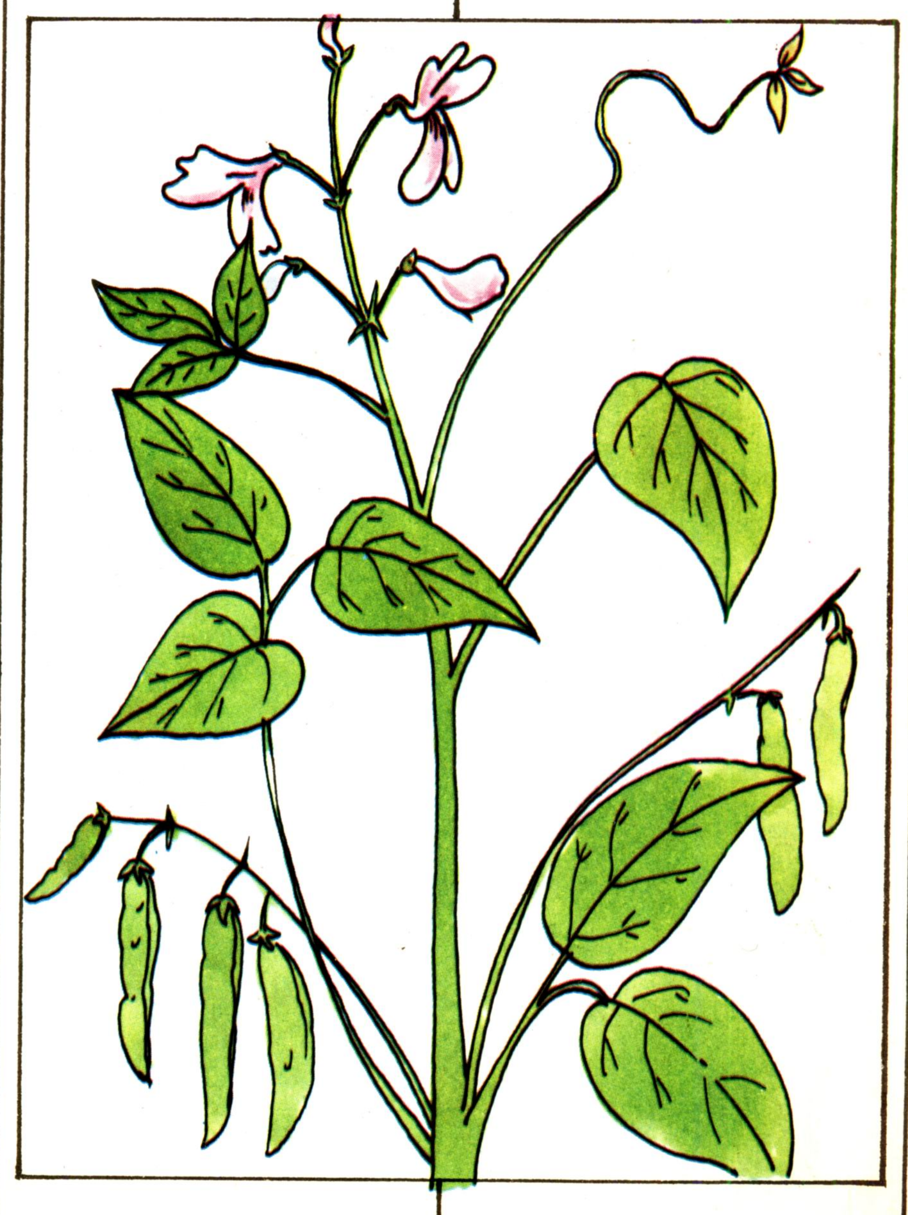
La harina de habas secas tiene propiedades madurativas y emolientes y puede ser utilizada en cataplasmas ceseras. Se mezcla harina de haba con agua tibia, hasta obtener una pasta espesa, y se aplica sobre granos, forúnculos, absesos y panadizos para acelerar su maduración.

Para ablandar callosidades y durezas en los pies se puede preparar una pomada de harina de haba.

POMADA DE HARINA DE HABA

Grasa de cerdo. . . . . 500 gr.
Limón exprimido 2
Harina de Habas secas11/2 tazas

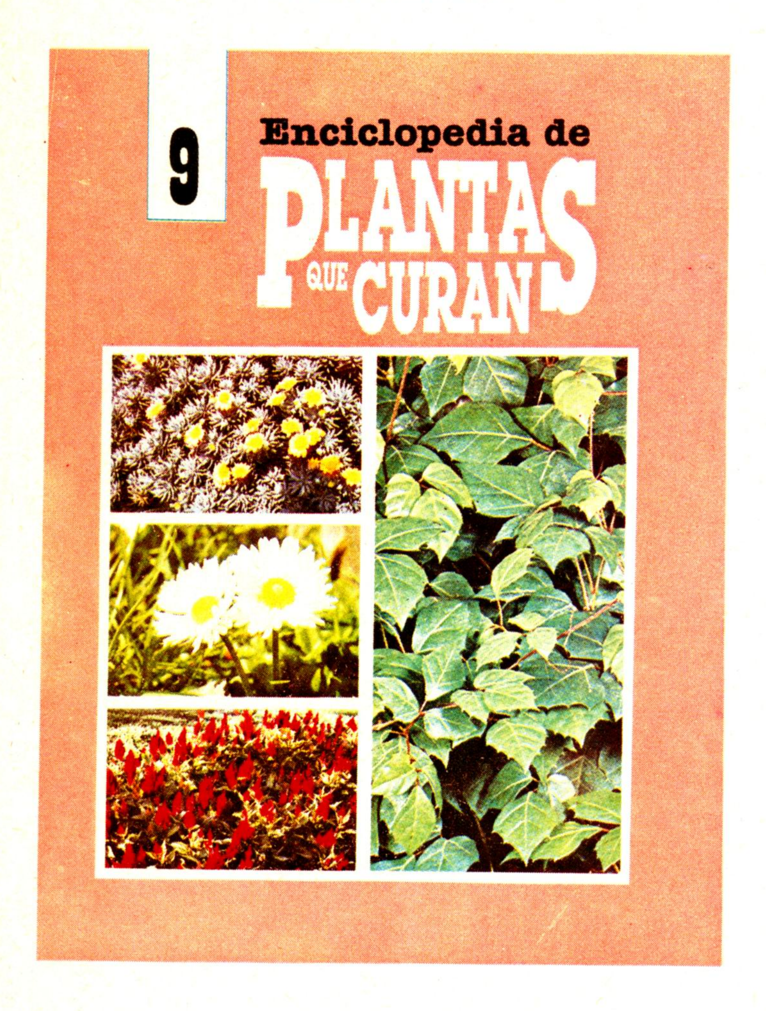
Se derrite la grasa a baño maría, se le agrega el jugo de los dos limones exprimidos y se revuelve durante 5 a 10 minutos. Se deja enfriar, se elimina el líquido sobrenadante, se vuelve a fundir a baño maría, se cuela caliente sobre una muselina limpia, agregando luego la harina de habas, revolviendo para lograr una mezcla homogénea. Se aplica esta mezcla sobre las callosidades y partes endurecidas de los pies todas las noches.



Enciclopedia de

PLANTAS QUE CURAN

NUESTRO PROXIMO NUMERO



HAMAMELIS - HARAGUAZO - HAYA - HELECHO COMUN - HELECHO MACHO - HELIOTROPO - HENNE - HENO - HEPATICA - HIDRASTIS - HIEDRA TERRESTRE - HIEDRA TREPADORA - HIGUERA - HISOPO - HIPERICON - HINOJO - HUALTATA - HUAÑIL - HUELLA - HUEVIL - HUINGAN - HUINQUE - ILICIO - IMPERATORIA - IPECACUANA

8

Enciclopedia de PLANTAS QUE CURAN